

Indice

Prologo. Grazie anche a te	VII
Introduzione. Una strana storia	XI
PARTE PRIMA	
Conoscere l'empatia	
1. Un nuovo inizio	3
2. L'intreccio tra l'esperienza dell'io e quella dell'altro	17
3. L'emozione dell'incontro	31
L'incontro dei corpi	33
L'empatia ha bisogno di un volto?	42
4. Immaginare e comprendere	53
Rallegrarsi, addolorarsi al pensiero	61
La traduzione delle esperienze	64
5. Trasformazione di sé	71
PARTE SECONDA	
Praticare l'empatia	
1. Il valore etico dell'empatia	87
2. Esercizi di empatia	95
Quando i corpi parlano	97
Il dono di pensieri	100

3. L'empatia può fallire?	107
Le illusioni dell'empatia	109
L'empatia negativa	115
Epilogo. Verso la pratica dell'empatia	119